

4月の目標：たのしく食べよう

花房山目黒駅前保育園333
令和8年度4月(卯月) 献立

※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。
※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の昼食とおやつ分のカロリーです。乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり個々の喫食量に応じて変動します。
※一日の幼児昼食おやつのカロリー基準：548kcal

	月	火	水 1入園式・進級式	木 2	金 3	土 4
昼食			ご飯 豚肉の生姜炒め ひじきのサラダ 若竹汁 いちご	ご飯 鶏肉の塩麴焼き 切干大根のハリハリサラダ じゃが芋とほうれん草の味噌汁 バナナ	麻婆豆腐丼 春雨サラダ 卵の中華スープ オレンジ	台湾焼きそば ポトフ(備蓄) ヨーグルト
3時			お麴ラスク ヨーグルトドリンク	春キャベツとツナのチヂミ 牛乳	スナックエンドウの炊きこみご飯 麦茶	せんべい(ばりんこ) 牛乳
	6	7	8	9	10入園お祝い献立	11
昼食	ご飯 鶏肉のレモン塩焼き ほうれん草の納豆和え 新ごぼうと絹さやの味噌汁 フルーツゼリー	ボークカレー コールスローサラダ アスパラガスと白菜のスープ バナナ	野菜たっぷりちゃんぽんうどん 胡瓜ともやしの胡麻酢和え 南瓜の甘煮 ヨーグルト	ご飯 鮭の味噌チーズ焼き 春野菜サラダ かぶのすまし汁 りんご	赤飯 赤魚の煮付け さつま芋とほうれん草の白和え 花麴のすまし汁 もものミルクゼリー	豚丼 小松菜の海苔和え 大根と油揚げの味噌汁 ヨーグルト
3時	ロールパン 牛乳	みかん入り牛乳寒天 ウエハース 麦茶	筍と絹さやのあんかけ丼 小魚 麦茶	バナナケーキ ヨーグルトドリンク	お祝い2色ジャムサンド 牛乳	あおさおにぎり 牛乳
	I補給 - 541 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 17.9 g 炭水化物 78.8 g	I補給 - 506 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 13.2 g 炭水化物 86.3 g	I補給 - 437 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 8.5 g 炭水化物 73.7 g	I補給 - 466 kcal 蛋白質 24.6 g 脂質 8.8 g 炭水化物 90.5 g	I補給 - 607 kcal 蛋白質 23.4 g 脂質 17.4 g 炭水化物 101.7 g	I補給 - 548 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 12.9 g 炭水化物 90.4 g
	13	14	15誕生会	16	17	18
昼食	ご飯 鶏と春野菜の和風炒め 白雪サラダ さつま芋とほうれん草の味噌汁 グレープフルーツ	麦ご飯 カレーのパン粉焼き キャベツと油揚げのお浸し 大根と椎茸の味噌汁 バナナ	ミートソーススパゲッティ カラフル野菜のコロコロサラダ 彩りコンソメスープ きらきらぶどうゼリー	ご飯 マーマレードチキン アスパラと人参の金平 南瓜とえのきの味噌汁 りんご	麻婆豆腐丼 春雨サラダ 卵の中華スープ オレンジ	ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜と人参のゆかり和え きのこの味噌汁 ヨーグルト
3時	カレーピラフ 牛乳	海苔しおポテト 小魚 牛乳	フレンチトースト~いちごソース 牛乳	チーズ蒸しパン 牛乳	スナックエンドウの炊きこみご飯 麦茶	わかめおにぎり 牛乳
	I補給 - 617 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 21.6 g 炭水化物 87.3 g	I補給 - 397 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 9.9 g 炭水化物 62.1 g	I補給 - 719 kcal 蛋白質 29.9 g 脂質 23.6 g 炭水化物 106.4 g	I補給 - 580 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 21.1 g 炭水化物 81.5 g	I補給 - 522 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 13.2 g 炭水化物 84.8 g	I補給 - 532 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 12.6 g 炭水化物 88.5 g
	20	21	22	23	24杉アート	25
昼食	ご飯 鶏肉のレモン塩焼き ほうれん草の納豆和え 新ごぼうと絹さやの味噌汁 フルーツゼリー	ボークカレー コールスローサラダ アスパラガスと白菜のスープ バナナ	野菜たっぷりちゃんぽんうどん 胡瓜ともやしの胡麻酢和え 南瓜の甘煮 ヨーグルト	胚芽ご飯 鶏肉と根菜の甘辛煮 きゃべつと大根のさっぱり和え 若布と豆腐の味噌汁 オレンジ	ご飯 鮭の味噌チーズ焼き 春野菜サラダ かぶのすまし汁 りんご	豚丼 小松菜の海苔和え 大根と油揚げの味噌汁 ヨーグルト
3時	バナナケーキ 牛乳	みかん入り牛乳寒天 ウエハース 麦茶	筍と絹さやのあんかけ丼 小魚 麦茶	豚肉と人参の炊き込みご飯 麦茶	ロールパン ヨーグルトドリンク	せんべい(ばりんこ) 牛乳
	I補給 - 541 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 17.9 g 炭水化物 78.8 g	I補給 - 494 kcal 蛋白質 14.4 g 脂質 12.3 g 炭水化物 86.3 g	I補給 - 437 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 8.5 g 炭水化物 73.7 g	I補給 - 466 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 12.5 g 炭水化物 71.9 g	I補給 - 466 kcal 蛋白質 24.6 g 脂質 8.8 g 炭水化物 90.5 g	I補給 - 464 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 12.7 g 炭水化物 71.5 g
	27	28	29	30		
昼食	ご飯 鶏と春野菜の和風炒め 白雪サラダ さつま芋とほうれん草の味噌汁 グレープフルーツ	麦ご飯 カレーのパン粉焼き キャベツと油揚げのお浸し 大根と椎茸の味噌汁 バナナ		ご飯 マーマレードチキン アスパラと人参の金平 南瓜とえのきの味噌汁 りんご		
3時	カレーピラフ 牛乳	海苔しおポテト 小魚 牛乳		チーズ蒸しパン 牛乳		
	I補給 - 617 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 21.6 g 炭水化物 87.3 g	I補給 - 397 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 9.9 g 炭水化物 62.1 g		I補給 - 580 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 21.1 g 炭水化物 81.5 g		